

Sauerbraten mit fruchtigen Cranberries

Zubereitet mit: Mondamin

ca. 180 min | einfach

Zutaten

für 6 Portionen

- 4 Zwiebeln
- 2 Lorbeerblätter
- 1/2 TL Piment
- 1/2 TL Wacholderbeere
- 4 Nelken
- 1 rote Chilischote
- 1 Packung tiefgekühltes Suppengemüse
- 500 ml Wasser oder trockener Rotwein
- 150 ml Rotweinessig
- 1 kg Rinderbraten
- 1 Prise Jodsalz
- 1 Prise Pfeffer
- 3 EL Pflanzenöl
- 1 Packung PFANNI Kartoffel Knödel der Klassiker halb & halb
- ca. 1 kg Wirsingkohl
- 125 ml Gemüsebouillon (z.B. Knorr)
- 100 ml Milch
- 2 EL MONDAMIN Mehlschwitze, Basis für helle Saucen
- 1 EL mittelscharfer Senf
- 80 g getrocknete Cranberries
- 2-3 EL MONDAMIN Klassische Mehlschwitze,

Nährwerte

Energie (Kilojoule):	2443 kJ
Energie (Kilokalorien):	584 kcal
Fett:	21 g
davon gesättigte Fettsäuren:	7,6 g
Kohlenhydrate:	51 g
davon Zucker:	22 g
Ballaststoffe:	9,1 g
Eiweiß:	42 g
Salz:	1,6 g

dunkel
- 1-2 EL Zuckerrübensirup

Zubereitung

1. 2 Tage vor dem Kochen die Marinade herstellen. Für die Marinade: Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden. 2 Zwiebeln, Lorbeer, Piment, Wacholderbeeren, Nelken, Chili und Suppengemüse mit 500 ml Wasser (oder 500 ml Rotwein) und Essig aufkochen, erkalten lassen.

2. Fleisch und Marinade in einen Gefrierbeutel geben und mindestens 2 Tage kalt stellen.

3. Fleisch aus der Marinade nehmen, gut abtupfen, salzen und pfeffern. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen und Fleisch rundherum bei mittlerer Hitze anbraten. Marinade durch ein Sieb gießen, Flüssigkeit auffangen. Gemüse und Gewürze zugeben und 2 Minuten mitbraten. Marinade zugießen und zugedeckt ca. 2 Stunden bei schwacher Hitze garen.

4. Pfanni Kartoffelknödel „halb & halb“ nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen, kalt abschrecken und aus dem Kochbeutel nehmen. Kohl putzen und in feine Streifen schneiden. Restliche Zwiebeln schälen, in Streifen schneiden. Restliches Öl erhitzen, Zwiebeln und Kohl darin ca. 5 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten.

5. Brühe zugießen und zugedeckt 15 Minuten kochen. Milch zugießen, weitere 10 Minuten kochen. Mondamin Mehlschwitze „hell“ und Senf einrühren. Knödel in Stücke schneiden und zugeben. Alles in eine feuerfeste Form geben und im vorgeheizten Backofen bei 180 °C (Umluft 160 °C) ca. 15 Minuten backen.

6. Braten aus dem Topf nehmen. Cranberries zugeben. Mondamin Mehlschwitze „dunkel“ einrühren und aufkochen. Mit Salz, Pfeffer und Zuckerrübensirup abschmecken. Braten in Scheiben schneiden, mit Sauce, Wirsing und Knödeln servieren.

Tipps zu diesem Rezept

Weniger aufwendig ist das Gericht mit fertig eingelegtem Sauerbraten - erhältlich in der Fleischereiabteilung guter Supermärkte oder beim Fleischer.

Zubereitungszeiten des Rezepts

Vorbereitungszeit: 60 min Kochzeit: 120 min

Nutzungsbedingungen

Copyright:

Die auf den Internetseiten der Unilever Gruppe enthaltenen Inhalte, wie insbesondere Texte, Bilder, Logos, Grafiken, Tonwerke, Animationen und Videos, sind urheberrechtlich geschützt. Die Unilever Gruppe gestattet das Sichten und Herunterladen sämtlicher Inhalte auf ihren Internetseiten ohne Einwilligung ausschließlich zu privatem, nichtkommerziellem Gebrauch. Eine etwaige Verlinkung ist nur mit Zustimmung der Unilever Gruppe erlaubt.

Inhalte und Downloads:

Die Unilever Gruppe hat bei der Erstellung der Websites größtmögliche Sorgfalt aufgewendet. Es besteht jedoch keine Gewährleistung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der Daten, Informationen und Downloads. Sofern Sie also Daten, Informationen und Downloads verwenden, erfolgt dieses unter der Einschränkung, dass Unilever nur für das Fehlen garantierter Eigenschaften, der schuldhaften Verletzung von Hauptpflichten, der vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Verletzung sonstiger Pflichten sowie im Fall von schuldhaften Gesundheitsverletzungen haftet.

Markenrechte:

Die auf den Websites der Unilever Gruppe genannten Marken und Logos sind markenrechtlich geschützt. Dritten ist die Nutzung und Verwendung sämtlicher Marken und Logos untersagt. Sondernutzungsbedingungen für registrierte Kunden und Journalisten ausschließlich für die Nutzung der Inhalte der Rezept-, Medien- und Bilddatenbanken.

Die Unilever Gruppe gestattet:

Kunden die Nutzung der Datenbankinhalte zur Bewerbung der Unilever-Produkte durch den Handelspartner in Druckerzeugnissen (Zeitung, Zeitschriften, insbesondere Handelsanzeigen, Handelsprospekte, Handzettel usw.) sowie im Internet;
Journalisten die Nutzung der Datenbankinhalte für gedruckte Presseerzeugnisse (Zeitungen und Zeitschriften) sowie Presseerzeugnisse im Internet unter der Beachtung der folgenden Bestimmungen:
Die Datenbankinhalte dürfen grundsätzlich nicht verändert werden. Gestattet ist jedoch eine Vergrößerung oder Verkleinerung bzw. ausschnittsweise Verwendung.
Rezepte dürfen nicht ohne Hinweis auf die Unilever-Produkte und/oder Packshot verwendet werden. Zulässig ist es, die Produkt-Kategorie zusammen mit einer Marke der Unilever Gruppe in Klammern zu nennen. Bsp.: "Bourbon-Vanille (z.B. von Cremissimo)".
Bei der Vervielfältigung der auf den Unilever Websites bereit gestellten Inhalte (Fotos und Texte) in digitalen Medien wie z.B. Websites und Blogs muss der Verwender sicher stellen, dass die Inhalte nicht bei Suchmaschinen wie Google aufgenommen (indexiert) werden. Dies kann über technische Restriktionen wie dem Einfügen des s o genannten „noindex-Tags“ gewährleistet werden. Sofern bezüglich dieser Einschränkung Fragen bestehen, wenden Sie sich bitte über das Kontaktformular dieser Seite an uns

PR-Kontakt

Sie haben Fragen zum Rezept oder zur Marke?
Schreiben Sie uns an, gerne helfen wir Ihnen weiter.

Unilever Deutschland Holding GmbH
Kontakt aufnehmen